

Examen VMBO-BB

2025

versie rood, onderdeel C

profielmodule 3 – de keuken

profielvak-cspe HBR – BB

bijlage

Opdracht 1, 2 en 3

menu

Kippensoep met kokos en limoen

Falafel met pita, barbecue-salsa of heksenkaas-saus,
roerbakgroenten en gefrituurde uienringen

Nagerecht (*staat klaar om door te geven*)

Keuzemoment voor de gasten:

- bij het hoofdgerecht keuze uit barbecue-salsa of heksenkaas-saus

Bewaar wat van de volgende gerechten in aparte bakjes:

- kippensoep
- barbecue-salsa
- roerbakgroenten



Op de volgende pagina staat de werkplanning voor de bereiding van het menu en een overzicht van de serveerwijzen. Je kunt dit blad daarom losscheuren.

Werkplanning

mise-en-placefase		 125 - 135 minuten
1	Maak de mise-en-place in deze volgorde: – van de soep – van de barbecue-salsa – van de roerbakgroenten	
doorgeeffase		
2	Werk het voorgerecht af.	
3	Geef het voorgerecht door.	
4	Werk het hoofdgerecht af: – de uienringen – de roerbakgroenten – de falafels en de pita	
5	Geef het hoofdgerecht door.	
6	De examinerator geeft het nagerecht door.	

gerecht	serveerwijze
brood tipjes met roomboter, olijfolie en tapenade	de examinerator zorgt ervoor dat dit doorgegeven wordt
soepgarnituur	in diep bord
soep	in schenkan
falafel met roerbakgroenten en pita	op groot bord
barbecue-salsa hekensenkaas-saus	in saucière staat in saucière klaar om door te geven
gefrituurde uienringen	in légumier
nagerecht	de examinerator zorgt ervoor dat dit doorgegeven wordt

**Was de groenten en/of het fruit van de gerechten indien dit nodig is.
Bewaar de ingrediënten en gerechten altijd op de juiste wijze.**

Kippensoep met kokos en limoen

Ingrediënten voor 4 personen

750 ml kippenbouillon (koud)

400 ml kokosmelk

100 g kipfilet

50 g kastanjechampignons

1 limoen

1 sjalot

2 teentjes knoflook

½ bosui

2 el citroengraspoeder

2 el vissaus

2 el olie

peper en zout



Bereidingswijze

Mise-en-placefase

- 1 Hak de knoflook fijn.
- 2 Snipper de sjalot.
- 3 Fruit de sjalot, knoflook en het citroengraspoeder in de olie aan.
- 4 Blus af met de vissaus, kokosmelk en kippenbouillon.
- 5 Rasp het groen van de limoen met een fijne rasp. Voeg de rasp toe aan de soep.
- 6 Pers de limoen uit en voeg het sap toe aan de soep.
- 7 Laat de soep 10 minuten rustig koken.
- 8 Snijd de kipfilet en dés van ± 1,5 cm.
- 9 Ciseleer de kastanjechampignons.
- 10 Snijd de bosui in dunne ringen van ± 2 mm.
- 11 Bewaar de kipfilet, kastanjechampignons en bosui in de koeling.

Doorgeeffase

- 12 Bak de kipfilet en kastanjechampignons in de olie in 4 minuten gaar.
- 13 Pureer de soep met de staafmixer.
- 14 Verwarm ondertussen de soep tot tegen het kookpunt.
- 15 Breng de kip en kastanjechampignons op smaak met peper en zout.
- 16 Verdeel de kip en de kastanjechampignons met een lepel in het midden van de diepe borden; verdeel de bosui hierover.
- 17 Schenk de soep in een schenkan.
- 18 Geef de borden en de schenkan door, zie foto.

Bewaar 2 eetlepels kippensoep in een apart bakje.

Falafel met pita

Ingrediënten voor 4 personen

- 12 falafels
- 12 stukjes pita
- 2 el olie
- 8 komkommerslierten
- 4 kookringen van Ø ± 11,5 cm



Bereidingswijze

Doorgeeffase

- 1 Bak de falafels 3 minuten in olie in een koekenpan; keer ze om na 1½ minuut.
- 2 Plaats op elk bord een kookring.
- 3 Verdeel de roerbakgroenten over de 4 ringen; druk de groenten licht aan met een lepel.
- 4 Verwijder de kookringen.
- 5 Plaats op elk bord 3 stukken van een pita schuin op de roerbakgroenten.
- 6 Leg op elk bord 3 falafels, zie foto.
- 7 Leg op elk bord 2 komkommerslierten in het midden bovenop.
- 8 Geef de borden met het hoofdgerecht door, zie foto.

Barbecue-salsa

Ingrediënten voor 4 personen

- 1 tomaat
- ½ rode paprika
- 3 el barbecuesaus
- 3 el chilisaus



Bereidingswijze

Mise-en-placefase

- 1 Maak tomaten-concassée:
 - plisseer de tomaat
 - snijd de tomaat in 4 parten
 - verwijder de zaadlijsten
 - snijd het vruchtvlees en brunoise
- 2 Snijd de rode paprika en brunoise.
- 3 Meng alle ingrediënten door elkaar.
- 4 Bewaar de barbecue-salsa in de koelkast.

Bewaar een halve eetlepel van de barbecue-salsa in een apart bakje.

Roerbakgroenten

Ingrediënten voor 4 personen

200 g uitgelekte kikkererwten

1 winterpeen

100 g fijngesneden spitskool

½ gele ui

1 rode puntpaprika

2 el sesamolie

8 g knoflookpuree

12 g gemberpuree

peper en zout

Bereidingswijze

Mise-en-placefase

- 1 Maak de ui schoon en snijd in dunne halve ringen.
- 2 Schil de winterpeen.
- 3 Snijd de winterpeen over de lengte door; snijd dan in halve rondjes van ± 1 cm dik.
- 4 Blancheer de winterpeen in ongeveer 3 minuten beetgaar in ruim en kokend water met zout; controleer de gaarheid.
- 5 Snijd de puntpaprika in de lengte doormidden en maak schoon.
- 6 Snijd de puntpaprika in halve ringen van ± 1 cm dik.
- 7 Bewaar de groenten in de koeling.

Doorgeeffase

- 8 Fruit in een wok de knoflook, gember en ui aan in sesamolie.
- 9 Roerbak de winterpeen, spitskool, rode puntpaprika en kikkererwten ongeveer 4 minuten; breng de roerbakgroenten op smaak met peper en zout.
- 10 Geef de groenten samen met de falafel en pita door op bord.

Bewaar een eetlepel roerbakgroenten in een apart bakje.

Gefrituurde uienringen

Ingrediënten voor 4 personen

250 g gepaneerde uienringen



Bereidingswijze

Doorgeeffase

- 1 Frituur de uienringen zoals aangegeven op de verpakking.
- 2 Laat de uienringen uitlekken.
- 3 Lever de gefrituurde uienringen in bij de examinerator.